Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Аленушка» р.п. Дергачи

РМО воспитателей

Спортивное мероприятие

«Юные ГТО – шки»

для детей подготовительной группы

По внедрение ВФСК ГТО в систему физического развития дошкольников

Инструктор по физической культуре высшей квалификационной категории Ляшенко Лариса Александровна

17 мая 2019год

**Образовательная область:** физическое развитие

**Цель**: развивать у детей интерес к бегу, прыжкам, побуждать к выполнению норм ВФСК ГТО

**Задачи:** Развивать двигательную активность, координационные способности, быстроту, ловкость, выносливость, умение преодолевать препятствия.

Упражнять в различных видах ходьбы, беге, прыжках.

Приобщать дошкольников к здоровому образу жизни;

Определить уровень развития двигательных навыков, интересов и способностей каждого ребёнка.

**Виды деятельности**: двигательная, игровая, познавательная.

**Формы деятельности**: групповая, совместная.

**Методические приемы**: игровой, наглядный, словестный, практический.

**Предварительная работа**: беседа о комплексе ГТО, о видах спорта, соблюдение режима дня, разучивание подвижных игр с бегом.

**Материалы и оборудование**: мультимедийное оборудование, обручи, кегли, мячи, эстафетные палочки.

**Ход праздника:**

Под музыку марша дети входят в муз. зал.

***Инструктор по фк:***

На спортивную площадку

Приглашаем, дети, вас!

Праздник спорта и здоровья

Начинаем мы сейчас!

Дорогие мальчики и девочки, сегодня в нашем детском саду пройдёт спортивный праздник «Юные ГТО-шки» ( 1 слайд)

Ребята, скажите, пожалуйста, быть здоровым человеком – это хорошо? (2слайд)

А какие необходимо соблюдать правила, чтобы быть здоровым? (Чтобы быть здоровым нужно правильно питаться, соблюдать режим дня, делать по утрам зарядку, много гулять на свежем воздухе, закаляться, заниматься физкультурой и спортом, ухаживать за своим телом. (Чистота – залог здоровья).

***Инструктор по фк:***

Молодцы! Вы всё правильно перечислили.

А скажите, пожалуйста, кто будет лучше справляться с работой: человек, который занимается спортом и здоров или человек, который не дружит с физкультурой и часто болеет?

***Инструктор по фк:***

Правильно! Такой работник будет очень хорошим.

Ребята, а давайте, вспомним, каким должен быть защитник Родины? (Защитник Родины должен быть быстрым, смелым, ловким, выносливым, отважным.) (3слайд).

В армии солдаты и офицеры очень много занимаются: выполняют физические упражнения, есть у них строевая подготовка.

***Инструктор по фк:***

Так что же нужно делать, чтобы быть сильным, ловким, выносливым, быстрым?

(Чтобы быть сильным, ловким, выносливым и быстрым

нужно много заниматься физкультурой и спортом.)

***Инструктор по фк:***

Молодцы! А ещё, ребята, люди, которые следят за своим здоровьем, очень долго живут. До ста лет и даже больше. Ребята, а как вы думаете, когда нужно начинать заниматься физкультурой и спортом? (Физкультурой нужно начинать заниматься с детства, с детского сада.)

***Инструктор по фк:***

Здоровыми, спортивными должны быть и взрослые и дети.

Именно поэтому наш президент В. В. Путин подписал Указ: Ввести в Российской Федерации физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО).

(4 слайд,5 слайд)

ГТО – это выполнение разных физических упражнений

(6слайд):

бег на короткие и длинные дистанции, плавание, подъем туловища из положения лёжа, сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (отжимания, стрельба, прыжки, подтягивание, ходьба на лыжах, метание.

(7слайд).

ГТО могут сдавать дети от 6 лет и даже 70-летние пожилые люди. То есть принять участие в комплексе ГТО сможет практически любой желающий. Для каждого возраста существуют свои упражнения.

Дети 6-8лет, т. е. вы, самые маленькие граждане России, которые сдают нормы ГТО.

Вы стоите на 1-ой ступеньке. Подрастёте, тоже будете сдавать нормы ГТО, но испытания будут сложнее.

За хорошие результаты участники в зависимости от своих результатов получают значок ГТО(8слайд).

Значки, как и медали, бывают золотыми, серебряными и бронзовыми.

Чем больше россиян будет заниматься физкультурой и

спортом, сдавать нормы ГТО, тем больше в нашей стране будет великих спортсменов и они завоюют во имя своей Родины много олимпийских медалей. (9слайд)

10слайд

***Инструктор по фк:*** читает текст 10-го слайда.

***Инструктор по фк:***: Вам рассказала для чего

Сдаём мы нормы ГТО:

Чтоб здоровье укреплять,

Патриотами чтоб стать.

Нужно ведь спортивным быть,

Чтоб Россию защитить!

Чтоб спортсменов стало много,

Чтобы жили люди долго,

Чтобы знал и стар, и млад,

Что здоровье –это клад!

И посмотрим - кто кого!

Все на сдачу ГТО!

***Инструктор по фк:***

Любые спортивные дистанции начинаются с разминки. Давайте сделаем разминку под музыку. Повторяйте движения за мной и не забывайте улыбаться, ведь улыбка тоже укрепляет наше здоровье и помогает настроиться на победу.

*Музыкальная разминка*

***Инструктор по фк:***

Ну а теперь, ребята, пришла пора посоревноваться.

- расчет команд на 1 -2

Команда (хором):

**«Смелые»!**

Капитан:

Команда, наш девиз?

Команда:

Где трудней – туда стремись!

ГТО нам нужно сдать,

Чтоб здоровыми всем стать!

Капитан команды «Быстрые»:

Команда, наше имя?

Команда (хором):

**«Быстрые»!**

Капитан:

Команда, наш девиз?

Команда:

Побеждает лишь тот, кто стремится вперед!

Сдать старайся норматив!

Будешь с ГТО красив!

**1-я эстафета** «Передай эстафетную палочку» (1-й ребёнок с палочкой добегает до ориентира, возвращается, передаёт палочку второму и т. д.)

**2-я эстафета** «Прыгуны» Начинает капитан, он прыгает от линии старта двумя ногами с места, следующий игрок уже прыгает от его отметки и так все остальные. Чья команда дальше прыгнет»коллективным прыжком», та и побеждает

**3-я эстафета** «Боулинг» (перед командами в ряд выставлены 8-10 кеглей. Дети по очереди по одному разу бросают в них мячом.)

**4 –я эстафета** «Быстрый паровоз»

У каждой команды по одному большому обручу. По сигналу первые и вторые игроки должны пробежать до фишки и назад. Затем первый игрок выходит из обруча, его место занимает третий игрок, и они вдвоем бегут до отметки и назад. Затем выходит второй игрок, его место занимает четвертый игрок, они бегут до отметки и назад и так далее. Каждый участник должен пробежать по два раза.

**5 эстафета** «Согнись и разогнись» выполняют по одному игроку из команды. Они по очереди выполняют сгибание и разгибание рук

**Игра «Кто быстрее?»** по очереди команды становятся на красные и зеленые кружки. По сигналу бегут красные, касаясь кругов красного цвета 3 раза. Тоже зеленые. Меняются командами, тоже выполняют другая команда. Учитывается время, чья команда быстрее пробежит.

*Подводятся итоги****праздника****.*

На места все становитесь

И немножко притаитесь.

Прошли все испытанья вы,

И, без сомненья, в конце пути,

Вас ждут призы и награжденье!